

ser Ausführlichkeit und Gründlichkeit einmalig sein dürfte. Der Verfasser betont die Einheit des Menschen von Körper, Geist und Seele. Er setzt biologische, hirnorganische und psychologische Aspekte von Furcht und Angst in Beziehung und zieht daraus interessante Schlußfolgerungen für die Psychotherapie bei Angststörungen. Dieses Buch ist teils als Selbsthilfebuch für Betroffene, teils als Therapieleitfaden für nicht-verhaltenstherapeutisch orientierte Psychotherapeuten gedacht. Morschitzky ist überzeugt, daß verhaltenstherapeutische Angstbewältigungsstrategien auch in Behandlungen eingebaut werden können, die sich an anderen Psychotherapiemethoden orientieren. Dieses Buch kann tatsächlich, wie vom Autor intendiert, Betroffenen und Psychotherapeuten gleichermaßen eine große Hilfe bieten, schneller und gezielter die geeignete Behandlungsform und einen geeigneten Therapeuten bzw. eine geeignete Therapeutin für Menschen mit Angststörungen zu finden. Es ist zudem allen Lesern und Leserinnen zu empfehlen, die sich umfassend über Angststörungen informieren möchten.

Hans Goller SJ

ZENKER, Werner: *Aber an mich denkt keiner!* Mein Partner ist chronisch krank. Düsseldorf: Patmos 1998. 136 S. Kart. 24,80.

Dieses Buch wendet sich nicht an chronisch Kranke, sondern an deren Angehörige, über deren Situation nach Ansicht des Autors, der Diplompädagoge und lebenslang chronisch krank ist, in der Ratgeber-Literatur fast nichts und in den Veröffentlichungen von Selbsthilfegruppen nur wenig zu finden ist. So versucht Zenker eine erste Bestandsaufnahme, indem er aus Gesprächen mit Betroffenen und aus eigener Erfahrung schöpft. Da chronische Erkrankungen von Asthma bis Tinnitus und von Arthrose bis Sehbehinderung verschiedenartige Probleme für die Angehörigen mit sich bringen und auch die Beziehungskonstellationen, in denen sie leben, nicht weniger vielfältig sind, konzentriert er sich auf Schwerpunkte, die weithin allgemeingültig sein dürften.

In einer Art Panorama sichtet er einleitend die Veränderungen, die eine chronische Krankheit in wichtigen Bereichen für die Angehörigen nach sich zieht: in Partnerschaft, Beruf, Finanzverhältnisse, Zeitmanagement und Rollenverteilung in

der Familie – Schwierigkeiten, die sich die Betroffenen nur ungern eingestehen, die aber mancherlei Emotionen auslösen und sich nicht ignorieren lassen. Darum nennt Zenker in einem weiteren Kapitel Gefühle, die Angehörige oft empfinden und die sie zu bewältigen haben: ungerechte Schuldgefühle, Selbstüberforderung, Aggression („So ein Jammerlappen!“) und übertriebenes Mitleid. Er meint: „Eine angemessene Haltung der chronischen Krankheit gegenüber entsteht erst im Lauf der Zeit. Sie muß sich langsam entwickeln“ (44).

Wie man durch Selbstbewußtsein sowie Ausgleich und Entspannung zu einer positiven Entwicklung bei sich selbst beitragen kann, führt er im folgenden Kapitel aus. Eine eingehende Erörterung des Umgangs mit dem chronisch kranken Partner, den Kindern (für sie „ist der Kranke viel häufiger verfügbar“) sowie Bekannten, Kollegen und Freunden („Desinteresse ist normal“) führt ihn u.a. zu der Empfehlung, vertrauenswürdige Ansprechpartner zu suchen. Danach informiert er in einem breit angelegten Kapitel über Selbsthilfegruppen sowohl für chronisch Kranke als auch für Angehörige und erläutert deren Sinn und Nutzen für sie. Eigens erwähnt er auch die Gruppen der Emotions Anonymous (EA).

Abschließend greift Zenker nochmals das Thema Partnerschaft auf und beschreibt zwischen kalter Gleichgültigkeit und Sich-Erpressen-Lassen den Mittelweg der „liebvollen Distanz“ als Chance gemeinsamen Wachsens. Ein Buch, das die Probleme von Angehörigen chronisch Kranker erfreulich konkret, einfühlsam und realistisch beschreibt und damit auf überzeugende Weise zu ihrer Bewältigung ermutigt.

Bernhard Grom SJ

JUCHLI, Liliane: *Wohin mit meinem Schmerz?* Hilfe und Selbsthilfe bei seelischem und körperlichem Leiden. Überarb. 4. Aufl. Freiburg: Herder 1999. 223 S. Kart. 18,80.

Liliane Juchli, Barmherzige Schwester, Lehrerin für Krankenpflege und Verfasserin einer vielgelesenen „Krankenpflege“, hat in diese überarbeitete Neuauflage ihres „Schmerzbuchs“ mehr Informationen über medikamentöse Therapie und psychische Leiden aufgenommen. Nähert sie sich im Einführungskapitel dem Thema noch et-